

きのこ汁



由来やエピソードをお聞かせください...

あるレシピを参考にしています。

こども園にある絵本“おしょうさんとカックリカ”を読んでもらい、「食べてみたい!」と…。

きのこは苦手だったのですが、よく食べるようになりました。

材料(大人2人分子ども2人分)

水	750cc
削り節	30g
こぶ	2.5g
しょうゆ	大さじ1/2弱
塩	ひとつまみ

きのこ類たっぷり
しめじ・えのき・エリンギ
しいたけなど
油揚げ 約1/2枚



※きのこ類は、食べやすい大きさに切って冷凍保存しておくとう便利です。冷凍すると細胞が壊れ、うま味成分が増えます。

作り方

- ①削り節とこぶでだしをとる。
- ②きのこ類は根元を切り落とし、食べやすい大きさに切る。
- ③油揚げは油抜き(湯をかけるか、湯通しする)し、縦半分または3等分に切り、7mm幅に切る。
- ④①に②③を加えて煮る。
- ⑤しょうゆ、塩を加えて味を調える。



給食では、えのき、しめじ、しいたけ、エリンギ、なめこの5種類を入れてみました



こども園にきのこの原木がやって来ました!!

きのこの原木をいただきました。
この木の中ではきのこが出てくる準備をしているそうです。

こども園のみんなで味わえる日が楽しみです。